

## ¿Cómo se puede prevenir la Hepatitis?

### Hepatitis A

Ponga mucho cuidado en el aseo de las manos. Lave sus manos con jabón y agua caliente luego de ir al baño o de cambiar pañales. Lave sus manos antes de tocar alimentos o bebidas. Los trabajadores en servicios de alimentos deberán usar un nuevo par de guantes plásticos descartables cuando manejen los alimentos. Es importante recibir a tiempo las dosis de inmuno globulina que pueden evitar la Hepatitis A, llame inmediatamente a su médico o al departamento de salud. Existe una nueva vacuna para la Hepatitis A, pregunte acerca de esta vacuna en el consultorio de su médico o en la clínica.

### Hepatitis B

Conozca a sus parejas sexuales - vaya con ellos a los exámenes y aprenda a hablar acerca de cómo protegerse de las infecciones. Los condones pueden reducir el riesgo de contagiarse de Hepatitis B. Aprenda la manera correcta de usar los condones y use un condón nuevo de látex cada vez que tenga relaciones sexuales.

No comparta agujas intravenosas o "jeringas".

Lave y esterilice todos los objetos que se utilizan para penetrar la piel.

Existe disponible una vacuna - se necesitan tres dosis. Todos los infantes deberían recibir estas inyecciones.

### Hepatitis C - No A, No B

Siga los mismos pasos que para la Hepatitis A y Hepatitis B. Actualmente, no existe vacuna.

# Hepatitis

## Viral

- **¿Quién está en riesgo?**
- **¿Cuáles son los síntomas?**
- **¿Cómo se propaga?**
- **¿Cómo se puede prevenir?**



El Departamento de Salud de Estado de Washington  
DOH Pub 347-007 3/01 Spanish

Para personas discapacitadas, este documento está disponible a su pedido en otros formatos. Por favor, llame a 1-800-525-0127.

# Hepatitis A

## De heces y alimentos contaminados.

### ¿Quién está en riesgo?

Los niños y adultos jóvenes están en mayor riesgo. Sin embargo, usted puede contagiarse de Hepatitis A, si:

- Ingiere alimentos manipulados por una persona que tenga Hepatitis A.
- Bebe agua o come mariscos contaminados por aguas servidas.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Entre los 15 a 50 días luego de contagiarse del virus:

Falta repentina de energía, diarrea, fiebre, náuseas, dolor de estómago, seguido mayormente de un color amarillo en la parte blanca de los ojos, piel amarillenta y orina oscura. Los casos leves duran de una a dos semanas, y los casos severos duran de cuatro a seis semanas. Muchos adultos presentan síntomas, pero los niños de menos de tres años no los tienen.

### ¿Cómo se propaga?

El virus de la Hepatitis A está en las heces de la persona que tiene la enfermedad. Cualquier contacto con las heces puede propagar el virus. Esto ocurre cuando las personas no se lavan las manos con jabón y agua caliente luego de ir al baño. También se propaga ingiriendo alimentos sin cocer y manipulados por una persona que tenga esta enfermedad. Las personas que trabajan en restaurantes y manejan alimentos, deben tener mucho cuidado de lavarse las manos y limpiarse las uñas. Muchos trabajadores en servicios de comidas se ponen ahora guantes plásticos para evitar propagar la enfermedad. Las personas que sirven bebidas nunca deben tocar los bordes de los vasos y tazas.

Los niños propagan el virus cuando juegan, compartiendo juguetes y en contactos cercanos con otros niños. Las personas que trabajan en guarderías propagan la Hepatitis A cuando no se lavan las manos con cuidado luego de cambiar pañales.

Las personas que viajan a países donde es común la Hepatitis A pueden traer la enfermedad a casa.

**La Hepatitis A es más contagiosa antes de que se presenten los síntomas.** No hay transmisores de largo plazo.

**Si usted ha estado cerca de una persona con Hepatitis, o si tiene estos síntomas, llame cuanto antes a su médico o a una clínica de salud.**

**La Hepatitis es más contagiosa antes de que aparezcan los síntomas.**

# Hepatitis B

## Se contagia por medio de las relaciones sexuales, la sangre o por compartir agujas.

### ¿Quién está en riesgo?

Cualquier persona puede infectarse, pero los adultos tienen mayor riesgo, especialmente aquellas personas que consumen drogas y que comparten agujas intravenosas, y las que tienen relaciones sexuales inseguras.

### ¿Cuáles son los síntomas?

De 40 a 180 días luego de contagiarse el virus, los síntomas empiezan lentamente: falta de apetito, sarpullido, dolor de estómago, náuseas y vómitos, frecuentemente seguidos por un color amarillo en la parte blanca de los ojos y una piel de color amarillento. Muchas personas no presentan síntomas.

### ¿Cómo se propaga?

El contacto sexual y el compartir agujas son las maneras más comunes de propagación del virus. Cantidades muy pequeñas de sangre infectada en las agujas, hojas de afeitar o instrumentos utilizados para penetrar la piel pueden propagar la Hepatitis B. Una madre infectada puede contagiar a su bebé durante el parto. Cerca del 10 por ciento de las personas con Hepatitis B se vuelven portadoras, y pueden contagiar la enfermedad durante toda su vida. Las Hepatitis de largo plazo se desarrolla en más del 10 por ciento de las personas contagiadas, quienes corren el riesgo de contraer cirrosis, cáncer del hígado y la muerte.

# Hepatitis C

## Se contagia por medio de la sangre. También es llamada No A, No B.

### ¿Quién está en riesgo de contraerla?

Antes de 1990, el mayor riesgo se presentaba en las transfusiones de sangre. Sin embargo, actualmente, todas las donaciones de sangre se examinan en el Estado de Washington. La gente que comparte agujas tiene el riesgo más alto de adquirir la Hepatitis C.

### ¿Cuáles son los síntomas?

La falta de apetito, dolor de estómago, náuseas y vómitos empiezan entre los 40 y 180 días luego del contacto. Muchas personas no presentan síntomas.

### ¿Cómo se propaga?

No se sabe mucho acerca de esta enfermedad. Se propaga por mediodo de la sangre, principalmente por compartir agujas. El contacto sexual puede ser otro importante vehículo de transmisión. La tasa de portadores/as de largo plazo (crónicos/as) es alta en la Hepatitis C.



**Dear Colleague,**

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:  
Office of Health Promotion  
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833  
(360) 236-3736

**Sincerely,**  
**Health Education Resource Exchange Web Team**

**H.E.R.E. in Washington  
Camera-Ready Materials**

The Washington State Department of Health is required to track how many of our educational materials on sexually transmitted diseases are printed and distributed.

Please take a moment to complete this short form and fax or mail it back to us.

Name: \_\_\_\_\_

Organization: \_\_\_\_\_

Phone: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Number of copies of this publication to be printed and distributed: \_\_\_\_\_

Other comments:

-----

Thank you for your time. Please send or fax this form to:

Washington State Department of Health  
STD Services  
P.O. Box 47842  
Olympia, WA 98504-7842  
**FAX: 360-236-3470**